

# Ambasciatori dei mieli

di Marco Moretti

Corso di cucina al 33° congresso Aapi,  
quando il miele incontra il cioccolato



\* Società italiana  
di scienze sensoriali,  
Atlante sensoriale dei  
prodotti alimentari.  
Tecniche Nuove, p. 281.

## CIOCCOLATO FONDENTE

Si definisce fondente il cioccolato quando la pasta di cacao, oltre al burro di cacao e allo zucchero, supera il 43% del peso totale ed è privo di latte. Il contenuto ottimale di cacao dovrebbe essere compreso tra il 55% e il 75%, mentre per il cioccolato extra-amaro tra l'85% e il 90%.

## CIOCCOLATO AL LATTE

Contiene la pasta di cacao in percentuale non inferiore al 25% e un minimo di latte in polvere pari al 14%. Il latte arricchisce il prodotto di proteine e di vitamine A e B2, ma diminuisce il valore percentuale di ferro presente nella pasta di cacao.

## CIOCCOLATO GIANDUJA

A inventare questo impasto fu il pasticcere torinese Prochet, che elaborò per primo la pasta cacao-zucchero-nocciole. La ricetta prevede una presenza di nocciole pari al 20-40%.

## CIOCCOLATO BIANCO

In questo prodotto sono presenti soltanto burro di cacao, latte in polvere, zucchero, lecitina (emulsionante) e vanillina (aromatizzante). L'incidenza del burro di cacao varia dal 20 al 45%, mentre il latte in polvere non deve essere inferiore al 14%.

Si fa presto a dire cioccolato! Cristoforo Colombo, pur imbattendosi in quell'alberello dal tronco e dai rami pieni di grossi frutti simili a grandi uova brune, non gli diede molta importanza... Fosse stato per lui non avremmo mai mangiato un buon cioccolatino! Per fortuna però, già dai primi viaggi degli europei nel Nuovo Mondo, ci si accorse che gli indigeni ricavano dai semi contenuti in quegli strani frutti, dalla buccia dura come il cuoio, una bevanda ritenuta afrodisiaca. I Maya e gli Aztechi consideravano il cacao un "cibo da dei".

Questo albero che cresce solo fra i due tropici, in America come in Africa e in Asia, di norma non supera i sei metri di altezza e si divide in due principali varietà: il *criollo* e il *forastero*.

Giunti a maturazione i grossi frutti, chiamati **cabosse**, contengono una quarantina di semi, tutti immersi in

una placenta bianca dal gusto inaspettatamente gradevole. Inizia da qui la lunga lavorazione che porterà al cioccolato.

Come tutte le cose, per ottenere un buon cioccolato c'è bisogno di tempo e di un particolare procedimento di lavorazione. Un volta raccolti i frutti e aperti con un colpo secco di machete, i semi vengono liberati dalla placenta e fatti fermentare in ambienti con poca aria. Questa fase anaerobica dura meno di una settimana, ma è importantissima perché i semi iniziano a produrre i precursori dei 500 aromi presenti nel cacao.

Alla fine del periodo di fermentazione, inizia la fase di essiccazione, fondamentale per eliminare l'umidità dai semi e permetterne la conservazione. I semi, che da qui in avanti prendono il nome di **fave**, hanno perduto la metà del loro peso e sono adesso pronti per essere imballati in sacchi di juta.

► Una volta arrivate in fabbrica le fave subiscono un'altra fase di pulitura, un procedimento che permette di staccare la buccia che ricopre le fave del cacao.

► Le fave vengono **tostate**.

► Si passa così alla **macinazione**: le fave vengono ridotte in granella e la buccia viene aspirata ad aria. Sembrerà strano, ma il risultato della completa macinazione della fava è una massa liquida di colore marrone del tutto simile a una tazza di cioccolata calda. La forma liquida ottenuta dalle fave macinate si ha grazie al burro di cui sono ricche (burro di cacao)

► La quarta fase consiste nella **pressatura** della massa di cacao. Questo procedimento porta alla separazione dei due principali semilavorati del cacao: **BURRO DI CACAO**, che da solo e con l'aggiunta di zucchero e altri aromi porta al cioccolato bianco. **PARTE SOLIDA**, di colore bruno dalla quale si ottiene il cacao amaro in polvere.

► Alla parte solida si **aggiunge la lecitina di soia**, un ingrediente naturale che ha diversi scopi tra cui aumentare la fluidità.

► Il prodotto così ottenuto passerà poi al **concaggio**,

ovvero uno scuotimento del liquido che facilita la fuoriuscita dal prodotto di parte delle sostanze acide

► L'ultima fase è il **temperaggio**.

Procedimento che tramite una variazione repentina di temperatura riduce i cristalli instabili del burro di cacao. Grazie a questo processo il cioccolato acquisterà lucentezza, conservabilità e consistenza.

Abbiamo ottenuto finalmente un buon **cioccolato fondente** (si chiama così perché fonde in bocca). Altri ingredienti concorrono ad aumentare i prodotti al cioccolato a partire dal latte, al gianduia, alla pasta di nocciole.



Spesso noi apicoltori decantiamo le qualità e le proprietà del miele unicamente come rimedio ai malanni autunno-invernali, indicando poi alcune sue qualità nutritive.

Quando siamo a tavola però, a governare le nostre emozioni non è la razionalità, non mi capita mai di fronte ad un piatto di spaghetti alla "gricia" (ricetta tipica della mia regione) di pensare alle proprietà nutritive del guanciale o del pecorino ed esclamare "chissà quanto gioveranno alla salute questi carboidrati conditi con grassi animali!"

La cucina non è razionalità! Almeno non solo! È condivisione, gioia dello stare assieme, emozione dei sapori. Ecco cosa può insegnare un corso di cucina. Ecco quindi perché un **corso di cucina al miele**.

Corso svolto durante il 33° Congresso Aapi tenutosi a Vasto e organizzato dalla stessa associazione Aapi, dall'associazione Ambasciatori dei Miele in collaborazione con Ipsar G. Marchietelli di Villa Santa Maria. Il docente Federico Cieri, chef e pasticciere ci ha preso per la gola e fatto conoscere come il miele possa sposarsi con il dolce per eccellenza: il CIOCCOLATO. Gradita scoperta di questo percorso è stata la preparazione di una crema ganache:

una crema estremamente versatile ottima da gustare al cucchiaio, per realizzare un ripieno di dolce o farcire dei cioccolatini come nel nostro caso.

La preparazione non è complicata se si pone attenzione alla fase di temperaggio del cioccolato per ottenere un cioccolato brillante, lucido e senza venature.

## CREMA GHANACE

### INGREDIENTI

200g di cioccolato fondente 70%

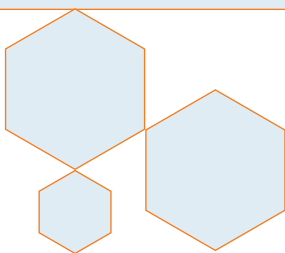
### GANACHE

40g di cioccolato fondente al 50%

20g di miele di millefiori

25ml di panna fresca

15g burro



## PREPARAZIONE

Fondere 200g di cioccolato fondente al 70% spezzettato a bagnomaria.

Temperaggio del cioccolato.

Importantissimo per questa operazione un termometro con sonda e una spatola in acciaio per stendere il cioccolato.

Il cioccolato fuso andrebbe versato su un piano di marmo, in alternativa utilizzare i tappetini in silicone.

Raggiunta la temperatura di 40° - 45°C, versare 2/3 del cioccolato sul piano, tenendo da parte il resto. Stendere con una spatola d'acciaio fino a che la temperatura scenda a 29°C. Raggiunta tale temperatura riversare il cioccolato temperato nella ciotola con il restante e mescolare fino a raggiungere i 31°C. Riempire degli stampini in silicone con il cioccolato fuso e aspettare 5 minuti. Capovolgere lo stampo in modo che rimanga solo un sottile strato attaccato alle pareti. Far raffreddare gli stampi in frigorifero per 5 minuti. Nel frattempo preparare la crema ganache.

Riscaldare in un pentolino la panna e il miele e poco prima che prenda il bollore versare il liquido sul cioccolato tagliato a piccoli pezzi. Mescolare fino a quando non sarà completamente sciolto.

Aggiungere il burro ammorbidito all'impasto, amalgamare e far raffreddare.

Farcire gli stampini con la crema ganache lasciando un piccolo margine.

Battere delicatamente gli stampi sul piano per eliminare eventuali bolle d'aria e con il restante cioccolato creare uno strato sopra gli stampi, livellare con una spatola far raffreddare per almeno due ore.

Nel corso, tra un assaggio e qualche piccolo dolcissimo pasticcio, il nostro chef ci ha dato utili indicazioni di valore generale per il più corretto utilizzo del miele nelle ricette di dolci:

► se nella ricetta originale non fosse contemplato il miele può sostituire lo zucchero fino a 1\3, oltre è opportuno fare alcune prove, perché la preparazione non risulti troppo aromatica.

► Il miele inoltre dolcifica più dello zucchero, in una modifica dunque la quantità di miele dovrà leggermente diminuire.

► Ancora, poiché il fruttosio presente nel miele caramella a una temperatura più bassa del saccarosio, la temperatura del forno dovrebbe essere tenuta più bassa di circa 15°C aumentando di conseguenza il tempo di cottura. ●

## Le api nei libri e al cinema

### Dall'altra parte dell'affumicatore

Paolo Faccioli

pp. 144, ed. Montanonda, 2016

a cura di



Per fare la somma della propria vita non serve arrivare alla fine, quando inesorabilmente se ne occuperanno i posteri. A volte si fanno i subtotali della propria vita, grazie ad eventi che ci obbligano a prenderci il tempo di mettere una riga divisoria, una tappa, un traguardo dietro al quale non torneremo mai più. Sono scatti di crescita interiore che arrivano all'improvviso, illuminazioni, rivelazioni, cambi di visuale che ci mostrano finalmente la realtà da una nuova prospettiva.

Non importa da dove Paolo Faccioli sia partito, cosa abbia rappresentato per l'apicoltura o per le organizzazioni con cui ha collaborato in trent'anni. Importa dove Paolo Faccioli è ora, dove sta guardando. La vita è mutazione, prerogativa indispensabile a qualsiasi sviluppo. E allora eccolo Paolo Faccioli che in questo libro racconta e si racconta, ora, adesso, con la somma parziale della sua vita, biologica certamente più lunga che apistica, con la sua storia interna fatta di esperienze e conseguenti pensieri e riflessioni, con le conseguenti mutazioni interiori e i cambiamenti di prospettiva.

Tutto qui. Come è chiaro dalla quarta di copertina il suo libro non serve agli apicoltori, non serve agli antispecisti e nemmeno ai missionari dell'apicoltura. Non è un manuale o una guida, è il racconto di un punto di vista formato da strati e strati di esperienze che si cumulano e man mano trasformano il



protagonista, come le perle, nate da stratificazioni attorno a un granellino di sabbia.

E allora a chi interessa questo libro? Siamo apicoltrici, siamo antispecisti, siamo missionari, siamo presidenti, siamo socie, siamo onnivori o vegane, siamo agnostici o molto religiosi, siamo i personaggi che ci siamo costruiti fuori ma tutti, tutte, dentro siamo persone. Ecco allora a chi

può interessare questo libro, ai filantropi. A chi interessa il viaggio interiore, a chi piacerebbe sapere chi è adesso l'uomo Paolo Faccioli, apicoltore sì, ma anche persona che attraverso le sue esperienze ora, rispetto a trent'anni fa, sta guardando in modo diverso tutto, anche le api. A chi interessa la somma parziale della sua vita, di persona prima che di apicoltore. A chi ha voglia di ascoltare la storia di un'esperienza, per chi ancora crede che l'ascolto e l'esperienza siano importanti.

In ogni caso viste le critiche già ricevute mi sento in dovere di trovare anch'io qualcosa da ridire: è riportata per ben due volte la fotografia del famoso graffito rupestre valenciano, come riportato nella didascalia nel libro, raffigurante la più antica rappresentazione di un apicoltore (o cacciatore di miele). Guardatelo bene, quell'apicoltore non sarà invece un'apicoltrice? Pensavo che almeno Paolo se ne fosse accorto.

di Alessandra Giovannini